

TODOS P'RA MESA

ESPAÇO DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR

O que é o Todos P'ra Mesa?

Espaço de Educação Alimentar no Porto, que para além de uma atividade extracurricular de educação alimentar para crianças dos 3 aos 10 anos, e entre muitos outros serviços, presta consultoria de nutrição em algumas escolas.

Quem está por trás deste projeto?



Catarina Trindade

Nutricionista 3357N

Fundadora do Todos P'ra Mesa (2018).

Licenciada em Ciências da Nutrição (2016).

Mestre em Nutrição Pediátrica (2019).

Apaixonada pela educação alimentar e pelo trabalho com crianças, defende que a prevenção deve ser uma prioridade.

Meiga. Divertida. Responsável.

Porque precisam de nós?

Acham que a gestão das ementas da escola podia ser melhorada?

Sentem que a alimentação saudável é uma área fundamental para o crescimento das crianças?

As famílias interessam-se pela oferta alimentar da escola? Costumam colocar dúvidas?



O que podemos fazer pela vossa escola?

Tornar a alimentação escolar mais saudável e divertida.

Contribuir para uma comunidade alimentar mais saudável.

Ajudar a dar resposta aos pedidos das famílias.

Programas

Cada escola pode escolher o programa que mais se adequa, podemos ainda personalizar cada um deles de acordo com as necessidades e interesses da instituição.





Todos P'ra Mesa na Escola

- Realização de Ementas e Fichas Técnicas adequadas à realidade da instituição
- Sessões de educação alimentar adequadas às atividades curriculares
- 3 Tertúlias para a comunidade escolar (uma por cada período letivo)
- Formação/Apoio à equipa da cozinha
- Visita à instituição por uma nutricionista da nossa equipa (4h/semana)
- Apoio em todas as questões de alimentação da comunidade escolar



Todos P'ra Mesa à distância

- Realização de Ementas e Fichas Técnicas adequadas à realidade da instituição
- 3 Tertúlias Online para a comunidade escolar (uma por cada período letivo)
- Formação/Apoio Online à equipa da cozinha
- Visita à instituição por uma nutricionista da nossa equipa 1x/período letivo
- Apoio em todas as questões de alimentação da comunidade escolar



Todos P'ra Mesa na Cantina

- Realização de Ementas e Fichas Técnicas adequadas à realidade da instituição
- Formação/Apoio à equipa da cozinha
- Visita à instituição por uma nutricionista da nossa equipa (4h/quinzenalmente)

Todos P'ra Mesa educação alimentar

- Sessões de educação alimentar adequadas às atividades curriculares
- 3 Tertúlias para a comunidade escolar (uma por cada período letivo)
- Visita à instituição por uma nutricionista da nossa equipa (4h/semana)
- Apoio em todas as questões de alimentação da comunidade escolar



Todos P'ra Mesa ementas (Serviço único)

- Realização de Ementas e Fichas Técnicas adequadas à realidade da instituição



Todos P'ra Mesa à medida

- Personalizamos tudo de acordo com a dimensão e necessidades das escolas

Para mais informações sobre os programas ou valores de cada um deles, sugerimos agendar uma reunião presencial ou online.

Como nos contactar ou saber mais sobre nós?

www.todospramesa.pt

@todospramesa

todospramesa@gmail.com

T: 225500068

Rua Costa Cabral. 262. 4200-208 Porto

Rua de Costa Cabral 262,
4200-208 Porto, Portugal
todospramesa@gmail.com
22 550 0068

**TODOS
P'RAMESA**
ESPAÇO DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR